

A STRESSZEL VALÓ MEGKÜZDÉS ÉRTELMEZÉSE ISKOLAI KONTEXTUSBAN

Bank Éva

SZTE Neveléstudományi Doktori Iskola

Kulcsszavak: stressz; megküzdés; iskola

Az iskola kitüntetett szerepet tölt be a gyermekek és serdülők életében. A folyamatos helytállás komoly stresszorként hat a tanulóra, amit tovább erősíthet, hogy a pedagógusok és a szülők gyakran a gyermekek iskolai teljesítménye alapján alkotják meg ítéleteiket (Takács, Kóbor és Csépe, 2010). Ennek ellenére kevés ismeretünk van az iskolai stressztényezőkkel szemben alkalmazott megküzdési stratégiákról. A copingkutatások eredményeinek általánosíthatóságát jelentősen megnehezíti a stresszorok pontosításának hiánya (Sullivan, 2010). Különböző stressztényezőkre eltérő lehet az egyén által adott értékelés, így a tanulók más stratégiát alkalmazhatnak társas, illetve az iskolai helyzetek, feladatok kontextusában (Zimmer-Gembeck és Skinner, 2015). Az iskolai megküzdés (academic coping) a tanulási-tanítási folyamatokhoz kapcsolódó stresszorokra adott válaszokat foglalja magában. Az iskolában megjelenő leggyakoribb stressztényezők között említik a tananyag megértését, a házi feladatok mennyiségét, az önálló felkészülést, a kudarcélményt, a kortársakkal való összehasonlítást, a számonkérést és az értékelést (Singer, 2008; Skinner, Pitzer és Steele, 2013; Yusoff, 2015). Nemzetközi kutatások adatai szerint az iskolai stresszorokkal szemben alkalmazott megküzdési stratégiák – a diákok általános jólléte mellett – összefüggést mutatnak például a tanulmányi eredménnyel, a motivációval és a tanulmányi célokkal (Brdar, Rijavec és Loncaric, 2006; Saadu és Adedayo, 2013; Vierhaus, Lohaus és Wild, 2016). Az előadás az iskolai copingfolyamatokra vonatkozó elméleteket és kutatási irányokat mutatja be a nemzetközi szakirodalmak szintetizálásával. További cél az iskolai kontextusban értelmezett megküzdési stratégiák és azok fejlődési tendenciáinak ismertetése, valamint az affektív és a kognitív tényezőkkel való kapcsolatuk bemutatása. Az iskolai stresszhelyzetekben alkalmazott megküzdési módok vizsgálata egy szűkebb területét képezi a copingkutatásoknak, így az erre vonatkozó nemzetközi elméletek és felosztások szintetizálása alapként szolgálhat az ilyen irányú hazai empirikus vizsgálatok számára. A nemzetközi kutatási eredmények ismeretében árnyaltabb képet kaphatunk a tanulók iskolai stresszorokkal szemben alkalmazott megküzdési stratégiáiról, azok fejlődési tendenciáiról. Az iskolai copingmechanizmusok ismeretében olyan affektív erőforrásra támaszkodhatunk, amely bázisként szolgálhat a tanítási-tanulási folyamatok eredményességében.

D2